

”Att mötas är det viktiga”

Varken fri fostran eller den auktoritära linjen kan skapa lyckliga människor.

– Mänskliga relationer måste istället byggas på autentisk kontakt, och alltid genomsyras av respekten för alla människors lika värde.

Det menar den danske familjeterapeuten *Jesper Juul*.

Nyblivne pappan och författaren *Dan Josefsson* träffade honom för ett samtal om olika sätt att vara förälder.

TEXT: Dan Josefsson **FOTO:** Jörgen Hildebrandt





Barn mår inte bra om de tillåts dominera föräldrarna. Men inte heller om de tvingas till underkastelse.

Jesper Juul har levererat sitt budskap i flera storsäljande böcker. Sedan *Ditt kompetenta barn* kom ut i början av 1990-talet har han varit den nyauktoritära trendens mest välformulerade fiende.

I dag möter han upp i hotellfoajén och drar med mig till en av Avenyns serveringar. Vi är i Göteborg och senare under eftermiddagen ska Danmarks mest kände familjeterapeut debattera barnuppfostran med Statens Folkhälsoinstitut. Medan vi väntar på vårt kaffe konstaterar han bekymrat att SFI officiellt rekommenderar svenska föräldrar att hantera barn enligt den amerikanska psykologen Carolyn Webster-Strattons modell. Hon är del i den nyauktoritära trend som sköljer över svenska föräldrar via rådgivningsspalter i månadstidningarna, tv-program som Nannyakuten och inte minst statliga och kommunala informationsinsatser. Jesper Juul är oerhört kritisk.

– Det är oroväckande att en stat plötsligt säger: Så här vill vi att ni uppfostrar barn. Men Sverige är europamästare i konformitet så jag är inte helt förvånad.

De uppfostringsmodeller det handlar om betecknar Jesper Juul som ”manualbaserade”, och han får ordet att låta som en svordom. Manualens mål är att skapa ett önskvärt beteende hos barnen med hjälp av ett system för belöning och bestraffning.

– Det är ett väldigt konservativt och auktoritärt sätt att uppfostra barn på, säger Jesper Juul. Modellen styrs helt av vad det är för barn samhället vill ha och man bryr sig inte om varken barnen eller föräldrarna.

Att den auktoritära linjen kommer tillbaka just nu menar Jesper Juul beror på att många upptäckt att ”fri uppfostran”, där barnet styr och föräldrarna anpassar sig, inte fungerar. Barn som inte möter ett motstånd från människor med autentiska känslor och behov kan inte utveckla empati, och kan därför inte heller lära sig att förstå sina egna behov. Resultatet blir dysfunktionella familjer, och barn som växer upp till ett liv präglad av relationsproblem.

Problemet är att den auktoritära modellen är minst lika destruktiv.

På Folkhälsoinstitutets hemsida understryker Carolyn Webster-Stratton vikten av att föräldrar och lärare har samma förhållningssätt mot barnen och rekommenderar att de får gå gemensamma utbildningar i att styra barnens beteende. Det här är ett försök till professionalisering av föräldraskapet som naturligtvis omöjliggör den autentiska kontakt som Jesper Juul menar är enda →

→ vägen till fungerande relationer mellan barn och vuxna.

Han konstaterar att om en vuxen person vänt sig till en psykolog och bett om en bra "metod" för att få sin hustru eller man att sluta bråka hemma så hade själva önskemålet betraktats som stört. Som vuxna förväntas vi inte försöka manipulera vår partner till underkastelse. Den make som anlitar en Supernanny för att tvinga sin bråkiga hustru att lyda blir snart ensam.

– Om jag varje kväll hade tilldelat min fru en stjärna på kylskåpsdörren som belöning för att hon betett sig så som jag önskar så hade det varit fruktansvärt. Då hade vi inte haft en mänsklig relation.

Jag funderar på hur det hade känts om det visade sig att min sambo gått en kurs tillsammans med min arbetsgivare för att de gemensamt skulle kunna kontrollera mitt beteende hemma och på jobbet. Det vore naturligtvis som att vakna upp i en Kafka-roman. Men många barn utsätts för den typen av behandling, och det nu dessutom med statsunderstöd. Kravet på "metoder" gör att det som borde vara en relation av kött och blod förvandlas till ett rollspel där målet är föräldrarnas kontroll.

– Man är så upptagen av att låta som en "riktig förälder" att man till slut börjar tala om sig själv i tredje person: "Mamma vill inte att du gör så", "Pappa tycker att du ska göra så och så", säger Jesper Juul. Det där rollspelet blir man enormt frustrerad av som barn. Och det är förstäligt, tänk om man haft en vuxen partner som ständigt gick runt och spelade kvinna eller spelade man och talade om sig själv i tredje person.

Jesper Juuls mission är att ersätta både den "fria" uppfostran och den nygamla auktoritära modellen med autenticitet.

I boken *Här är jag! Vem är du?* beskriver han hur en vanlig situation kan hanteras utifrån de tre olika förhållningssätten: Ena föräldern har just satt sig för att läsa tidningen då barnet kommer med en sagobok och vill ha högläsning. Om föräldern använder den gamla auktoritära linjen säger han eller hon argt: "Kan du inte se att jag läser tidningen nu?" och jagar ut barnet ur rummet. Barnet får på det viset veta att det var fel att uttrycka ett önskemål och känner sig värdeöst. Så småningom kommer barnets självkänsla att ta skada och hon kommer att börja uttrycka sina behov indirekt, det vill säga klagande och vädjande eller genom tjat. Eller också ger hon upp och slutar uttrycka behov överhuvudtaget.

Den förälder som tillämpar "fri uppfostran" tror sig vara skyldig att alltid åsidosätta sina egna behov och släpper därför automatiskt tidningen och griper sagoboken. Risken är dock stor att det sker under en mer eller mindre ofrivillig protest, och detta kan inget barn undgå att registrera. Så

” Det som nu sker är resultatet av den gamla auktoritära uppfostran för 30–40 år sedan

skapas skuld känslor hos barnet, som tekniskt sett oftast får som hon vill men som ändå inte kan känna sig riktigt sedd och älskad. I längden skadar en sådan tillvaro också självkänslan. Dessutom kommer barnet att imitera föräldrarnas beteende och få svårt att respektera sina egna gränser när andra kräver saker av henne.

Juuls rekommendation till den tidningsläsande föräldern är istället att känna efter vad han eller hon verkligen vill. Om tidningen kommer först så ska man vänligt men bestämt säga: "Nej, jag vill inte läsa en saga för dig nu. Jag vill hellre läsa tidningen." Barnet kan då bli frustrerat, vilket Jesper Juul menar är nyttigt. Hon eller han kommer att lära sig att det är helt i sin ordning både att uttrycka ett behov och att säga nej.

När jag frågar om han tycker att han lyckas nå ut med sina tankar så berättar han att hans företag Family-Lab bedriver utbildning och seminarier i 15 länder och att han mycket sällan hör någon argumentera mot det han säger. I Danmark och Norge menar han att den nygamla auktoritära stilen egentligen aldrig fått gehör på allvar och i Tyskland, där han föreläser ofta, är den på väg att avskaffas.

M en i Sverige stöds den manualbaserade uppfostran av en statlig myndighet och vissa kommuner erbjuder föräldrar kurser i konsten att forma barnens beteenden. Samtidigt vill svenska politiker göra skolan betydligt mer auktoritär än den är i dag. Jesper Juul ser en katastrof vid den svenska horisonten.

– Många europeiska politiker ser den finska skolan som ett ideal därför att de finska skolbarne är bra på språk och matte. Men sanningen är att Finlands skola är ultrakonservativ och djupt auktoritär. Man begär övergrepp på barnen. I dag



Namn: Dan Josefsson **Ålder:** 44 år
Yrke: Journalist **Aktuell med:**
Boken *Hemligheten som med hjälp av anknytningsteorin förklarar varför så många har problem med att skapa varaktiga relationer, och ger förslag till lösningar. Skriven tillsammans med psykologen Egil Linge.*



vet man att resultatet blir ungdomar som inte kan tänka själva och som blir självdestruktiva. Detta är förklaringen till att man i Finland haft tre incidenter där elever mördar sina skolkamrater. Om Sverige håller fast vid de modellbaserade metoderna så dröjer det inte länge förrän vi ser samma saker i Sverige.

För att förstå varför vi har så stora problem med att hantera våra relationer i dag menar Jesper Juul att vi måste se bakåt.

– Det som nu sker är resultatet av den gamla auktoritära uppfostran för 30–40 år sedan. Den skapade känslomässiga invalider som inte klarar relationer. Så ingen ska komma och tala nostalgi med mig.

Jesper Juul vet vad han talar om. Han ogillar att tala om sitt eget privatliv, men när han fyllde 60 nyligen gjorde en dansk journalist som känt honom personligen i 20 år ett porträtt som ger en liten titt bakom kulisserna. Jesper Juul berättade att han endast upplevt sammanlagt 12 sekunder av verklig kontakt med sin egen far. Det skedde

vid en hemsk släktmiddag där människor som var komplett likgiltiga för varandra satt och utbytte fraser. Efter en halvtimme fick Jesper Juul nog, reste sig och gick. På vägen ut såg han sin far i ögonen och visste i det ögonblicket att fadern förstod varför sonen lämnade familjen. Det var de sekunder av kontakt han fick med sin pappa.

När Jesper Juul själv fick barn var han enligt egen uppgift en fullständigt frånvarande far under sonens första två år i livet. Sedan dess har han dock lagt ned mycket arbete på relationen och i dag står de varandra nära. På kuppen vigde Jesper Juul sitt liv åt att som familjeterapeut föra människor närmare varandra.

Nnan vi avslutar vårt samtal sammanfattar han sitt budskap i en enda mening:

– Det viktiga är inte värmen i huset, utan värmen mellan människorna.

Sedan hastar han iväg för att tala förnuft med Folkhälsoinstitutet. ■

Namn: Jesper Juul **Ålder:** 60 **Yrke:** Familjeterapeut **Aktuell med:** Boken Ditt kompetenta barn som kom ut i början av 1990-talet. Den har givits ut i tolv länder, sålt i 100 000 exemplar – och är en ständigt pågående jättesuccé. Norska barnpedagoger har utsett den till århundradets bok om barnpedagogik.